



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL

Dados gerais do projeto

Registro: EXT-2019-0082

Origem: Extensão

Modalidade: Extensão - Programa

Chamada: Demanda Espontânea - Extensão (Projeto, Curso, Prestação de Serviço, Programa)

Proponente: JANE LUZIA FRANCA PEDAO

Campus: Passo Fundo

Situação: Projeto em execução

Etapa atual: Proposta deferida

Identificação

Título: Programa Promoção da Qualidade de Vida Através da Cultura do Cuidado

Início: 14/05/2019

Fim: 14/12/2019

NUP processo:

Outras informações:

Projeto sigiloso: Não

Projeto institucional: Não

Local de execução: UFFS campus Passo Fundo

Número de turmas:

Vagas por turma:

Área temática: Saúde

Linha de extensão: Saúde humana

Objetivo

Objetivos gerais: Proporcionar mecanismos de suporte que instrumentalizam os acadêmicos para o enfrentamento de inúmeras situações complexas que vivenciaram no decorrer de seu processo de formação, desenvolvendo a promoção da qualidade de vida através da cultura do cuidado.

Objetivos específicos: • Promover a saúde e o bem-estar dos acadêmicos;

- Diminuir os níveis de estresse gerados pelo dia a dia, prevenindo doenças e gerando bem-estar geral;
- Auxiliar os acadêmicos no gerenciamento do tempo estudos, através do planejamento da rotina diária;
 - Apoiar os estudantes em suas dificuldades de desempenho, assim como em outros problemas que interfiram na vida acadêmica;
- Construir estratégias voltadas à promoção da qualidade de vida, junto com os acadêmicos, de forma colaborativa;
- Propiciar ações que envolvam os temas transversais (Direitos Humanos, Educação Ambiental, Educação das Relações Étnico raciais e Indígenas, Língua Brasileira de Sinais), atendendo as diretrizes curriculares do curso de Medicina;
- Oferecer atendimento individual ou grupal de acordo com a demanda: psicológica, pedagógica ou social;
 - Proporcionar espaços de escuta sensível aos acadêmicos a fim de reconhecer suas necessidades e interesses para o planejamento e oferta das ações.

Resumo

Descrição: Este programa foi elaborado para oportunizar aos acadêmicos ações que estimulem a adoção de hábitos de vida mais saudáveis, a prevenção de doenças, a promoção do bem-estar físico, psíquico e social, o auxílio e acompanhamento pedagógico nas questões relacionadas ao ensino, dentre outras atividades que certamente repercutirá positivamente na qualidade do processo de aprendizagem, assegurando a permanência e o êxito dos estudantes, elementos estes considerados primordiais em nossa instituição.

Importante salientar que o universo do curso de Medicina destoa de outros cursos no que se refere a carga horária, cobranças por desempenho, enfrentamentos de situações de estresse, como a morte. A naturalização desta realidade em



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL

ambiente acadêmico, além de nociva para a formação humana, pode desencadear doenças como a depressão, além de fobia, altos níveis de estresse e isolamento.

A preocupação da UFFS vem no sentido contrário do ambiente acima citado e diante disto acredita que ações voltadas ao desestresse, como as terapias alternativas, atividades esportivas, artísticas e culturais possam em muito contribuir para a melhoria da qualidade de vida de seus acadêmicos.

Palavras Chave

- acadêmico
- bem estar
- saúde

Área de Conhecimento CNPQ

Grande Área CNPQ: 40000001 - CIÊNCIAS DA SAÚDE

Área CNPQ: 40600009 - SAÚDE COLETIVA

Cursos Envolvidos

Campi Envolvidos

Público Alvo

- Alunos

Participantes

Vínculo	Função no projeto	Nome	CH Sem.	Data de início	Data de fim
TAE	Coordenador	JANE LUZIA FRANCA PEDAO		07/05/2019	
Docente	Colaborador	VANDERLEIA LAODETE PULGA	4h	04/05/2019	14/12/2019
Aluno	Voluntário	JOAO LUCAS PEREIRA DO COUTO ROCHA	4h	10/05/2019	14/12/2019
Aluno	Voluntário	GABRIELA RODRIGUES DA MOTA	12h	03/05/2019	14/12/2019
Aluno	Voluntário	FERNANDA DE OLIVEIRA	12h	03/05/2019	14/12/2019

Atividades

Título	Descrição	Data de Início	Data de Fim	Observações
Práticas em Saúde do estudante Universitário	As demandas da vida universitária requerem muito do estudante. assim, propor ações possíveis de serem lapidadas a partir de levantamento de dados de patologias que mais acometem o aluno com abordagem multidisciplinar.	01/06/2019	14/12/2019	
Prática Integrativas e Complementares de Saúde	O presente projeto tem como objetivo oferecer o Reiki como terapia complementar, auxiliando na redução e alívio do estresse gerado na vida acadêmica	04/05/2019	14/12/2019	
Grupo terapia: um cuidado em conjunto	Rodas de conversa sobre a saúde mental do estudante universitário.	06/06/2019	12/12/2019	
Alongando a Saúde	A Yoga e a meditação como técnicas de descanso e alívio para o aluno que possui carga horária intensa.	10/05/2019	14/12/2019	
Banco de Alimentos	Formação de um banco solidário de	16/05/2019	14/12/2019	



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL
UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL

alimentos no intuito de amenizar a vulnerabilidade econômica de alunos. A falta de recursos para a alimentação também é fator de estresse acadêmico.

Entidades Co-participantes

Situações

Data	Situação	Observações
22/05/19 10:47	Projeto em execução	Adicionado ao alterar a etapa do projeto. Etapa origem: Parecer da Diretoria de Extensão. Etapa destino: Proposta deferida
07/05/19 14:17	Proposta em avaliação	Adicionado ao alterar a etapa do projeto. Etapa origem: Elaboração da proposta. Etapa destino: Parecer da Coordenação Acadêmica
07/05/19 14:04	Proposta em elaboração	

Anexos

Descrição	Tipo	Enviado por	Enviado em	Etapa
Promoção da Qualidade de Vida Através da Cultura do Cuidado	Proposta	JANE LUZIA FRANCA PEDAO	08/05/19 20:09	Correção da proposta solicitada pela Diretoria de Extensão

Etapas

Data	Etapa	Tipo	Observação
22/05/19 10:47	Proposta deferida	Final do fluxo	
08/05/19 20:09	Parecer da Diretoria de Extensão	Parecer	
Data	Responsável	Parecer	
22/05/19 10:47	SOLANGE TODERO VON ONCAY	Reiterando a importância da realização de ações desta natureza e, em consonância os pareceres supracitados e com a política e o regulamento de extensão da UFFS, defere-se pela aprovação da submissão do: "Programa Promoção da Qualidade de Vida Através da Cultura do Cuidado".	
08/05/19 19:49	Correção da proposta solicitada pela Diretoria de Extensão	Submissão	
08/05/19 13:31	Correção da proposta	Decisão	
07/05/19 14:40	Parecer da Diretoria de Extensão	Parecer	
Data	Responsável	Parecer	
08/05/19 13:31	MARCIO PEDROSO BARBOSA	Solicita-se a proponente cadastrar as atividades que compõem o programa também no sistema PRISMA, na aba específica das atividades, bem como o cadastro dos participantes do programa. E também, tratando-se de servidora TAE, solicita-se parecer da chefia liberando a servidora para desenvolvimento da coordenação da proposta. Após esses ajustes, encaminhar novamente a proposta para a Diretoria de Extensão.	
07/05/19 14:25	Parecer da Coordenação Adjunta de Cultura e Extensão	Parecer	
Data	Responsável	Parecer	
07/05/19 14:40	ADELMIR FIABANI	Aprovado.	
07/05/19 14:17	Parecer da Coordenação Acadêmica	Parecer	
Data	Responsável	Parecer	
07/05/19 14:25	LEANDRO TUZZIN	Aprovado	
07/05/19 14:04	Elaboração da proposta	Submissão	

Gerado pelo PRISMA em: 24/05/2019